

VERENA KEIL
TOBIAS HAMBUCH (HG.)



ONE

God. Planet.

Challenge.



40 IDEEN,
DIE DEIN LEBEN UND
DEINE WELT VERÄNDERN



Der Verlag weist ausdrücklich darauf hin, dass im Text enthaltene externe Links vom Verlag nur bis zum Zeitpunkt der Buchveröffentlichung eingesehen werden konnten. Auf spätere Veränderungen hat der Verlag keinerlei Einfluss. Eine Haftung des Verlags ist daher ausgeschlossen.



Für die Bibelzitate wurden, wo nicht anders angegeben, folgende Übersetzungen verwendet:

Neues Leben. Die Bibel. © 2002, 2006, 2017 SCM R.Brockhaus im SCM-Verlag GmbH & Co. KG, Witten. (NL)

Neue Genfer Übersetzung – Neues Testament und Psalmen.

© 2011 Genfer Bibelgesellschaft. (NGÜ)

BasisBibel. Altes und Neues Testament. © 2021 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (BB)

„Hoffnung für alle“. © 1983, 1996, 2002, 2015 by Biblica Inc.TM

Verwendet mit freundlicher Genehmigung des Herausgebers Fontis. (Hfa)

Neue evangelistische Übersetzung. © 2014 Karl-Heinz Vanheiden. (NeÜ)

Gute Nachricht Bibel, revidierte Fassung, durchgesehene Ausgabe.

© 2000 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (GN)

Das Buch. Neues Testament, Psalmen, Sprichwörter – übersetzt von Roland Werner.

© 2022 SCM R.Brockhaus in der SCM Verlagsgruppe GmbH, Holzgerlingen

Lutherbibel, revidierter Text 1984, durchgesehene Ausgabe.

© 1999 Deutsche Bibelgesellschaft, Stuttgart. (LU)

1. Auflage 2024

Bestell-Nr. 821077

ISBN 978-3-98695-077-4

Umschlaggestaltung: Andreas Sonnenhüter unter Verwendung von Shutterstock

Projektorganisation: Hella Thorn

Lektorat: Verena Keil

Satz: Uhl + Massopust, Aalen

Druck und Verarbeitung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

www.gerth.de



Inhalt

Vorwort 9

Wonder – Wahrnehmen. Staunen. Entdecken.

Meisterwerk Gottes mit Special Effects	14
Alles voller Schöpfung!	18
Meine erste Outdoor-Nacht	22
Bigger than us	26
In der Natur auf Empfang schalten	29
Raus aus dem Hamsterrad	33
Gebet to go	36
Hilfe, Müllkippe in meinem Kopf!	40
Pilgern für Anfänger	46
Into the Wild	50
Du und ich – wir sind Beziehungswesen!	54
Eine große Portion Güte	58

Courage – Ausprobieren. Erleben. Tiefer graben.

Eine Dinner-Party, die allen guttut	64
(K)Eine Anleitung für ein Mikroabenteuer	68
Wie umweltbewusst lebst du schon?	73
Green Screen	79
Rebellion des Lebens: Guerilla Gardening	84
Tue, was dich inspiriert!	88
Superkräfte aus dem Garten	93

9 spannende Umweltberufe	96
Der etwas andere Stadtpaziergang	103
Geh! – Wenn Gott dir etwas zutraut	107
Dufte Wachssperimente	111
Auch Sammeln will gelernt sein	114
Lass dich von Gott herausfordern!	118

Change – Gemeinsam was bewegen.

Von Fast Fashion zu Fair Fashion	124
Wie bitte: Essen tauschen?!	128
Kleingeld sprengt Ketten	132
Liebe Oma, was heißt „gutes Leben“ für dich?	136
Ne richtige Nullnummer!?	141
Cleanup-Day	145
Bike Experience	149
Sei ein Influencer – für eine bessere Welt	154
Gemeinsam die Spielregeln verändern	158
Krisenstimmung? Die Hoffnung nicht aufgeben!	162
Vanessa: „Gott lässt mich durchhalten“	167
Wandern fürs Wasser?!	171
Felix: Bäumepflanzen im Gegenwind	175
Das Paradies – nur ein Traum?	179
Time for change	183
Mach mit, klink dich ein!	188



Vorwort

Willkommen in diesem Impulsbuch! Du bist hier genau richtig, wenn

- ⇒ **du frischen Wind für dein Leben brauchst.**
- ⇒ **du dir gute Veränderungen und eine hoffnungsvolle Zukunft wünschst.**
- ⇒ **du Ermutigung und Ideen suchst, dein Leben zu gestalten.**
- ⇒ **du deinen Glauben nicht nur in der Theorie leben willst.**
- ⇒ **du – auch gemeinsam mit anderen – etwas verändern willst, im Kleinen wie im Großen.**

Du hast es vielleicht schon am Cover erraten: In diesem Buch dreht sich alles um Gottes Welt, die er wunderbar geschaffen hat. Komm ins Staunen über den Sternenhimmel, über deinen eigenen Körper, über die Schöpfung – bei einem Gebetsspaziergang, in einem Dark-Sky-Park, bei einem Mikroabenteuer-Event, einer Openair-Night oder beim Lesen von Bibelversen über die Schöpfung. In der ersten Rubrik dieses

Buches – **Wonder** – dreht sich alles ums Staunen, Entdecken, Wahrnehmen von Gott und seiner Schöpfung.

Unter **Courage** findest du schwerpunktmäßig Impulse zum Ausprobieren und Tiefergraben. Mach deinen ganz persönlichen Umwelt-Test. Bastle Samenbomben oder backe eine Brennesselpizza. Entdecke interessante Umweltberufe. Tauch ein in spannende Filme über Schöpfung, Klima und Nachhaltigkeit. Plane eine besondere Dinnerparty, checke, welche Tätigkeiten dich inspirieren, und lass dich von Gott herausfordern.

Die letzte Rubrik, **Change**, steckt voller Ideen für Inputs und Challenges, wie du – allein oder gemeinsam mit anderen – etwas bewegen kannst. Es geht darum, wie du dich von Krisenstimmung nicht unterkriegen lässt, sondern Hoffnung schöpft, weil es für alle großen Dinge im Leben und in der Welt immer kleine Anfänge braucht. Entdecke Ideen wie „Zero Waste“, die „10x10 Fair Fashion-Challenge“, die Kraft von Kleingeld, den Fairteiler, Wasserwandern – und viele weitere Ideen, die Spaß machen und gleichzeitig unsere Welt gerechter, fairer und schöpfungsfreundlicher machen.

Das Buch, das du in den Händen hältst, ist eine Fundgrube – kein Buch, das man von vorn nach hinten durchlesen muss. Nimm dir raus, was dich gerade interessiert, inspiriert und weiterbringt. Du wirst entdecken: Die Impulse, Storys und Erfahrungsberichte, Tests und Quizzes, DIY-Anleitungen, Ideen zum Ausprobieren, Aktionen und weiterführenden Infos lassen bestimmt keine Langeweile aufkommen.

Wir wünschen dir viel Spaß beim Entdecken und Ausprobieren!

Verena Keil und Tobias Hambuch
sowie das gesamte Autorenteam





WONDER

Wahrnehmen
Staunen
Entdecken.



Meisterwerk Gottes mit Special Effects

**Wie kostbar sind deine Gedanken
über mich, Gott!
Es sind unendlich viele.**

(Psalm 139,17; NL)

Christian, mein Mann, kreiert die schönsten Dinge aus Holz. Ich liebe diese Momente, wenn ich die Tür zu seiner Werkstatt aufmache und er mich umgeben von Holzspänen glücklich anschaut. Er baut Möbel, wie meinen tollen Büro-Tisch. Genauso erschafft er auch schöne Dinge, die andere glücklich machen, wie die Elche für den Weihnachtsmarkt oder die tolle Arche mit liebevoll geschnitzten Holzfiguren. Seine Liebe zum Detail wird in jedem einzelnen Werkstück sichtbar. Erst dann – wenn er wirklich sehr zufrieden ist, versieht er das Werkstück mit seinem selbst designten Holz-Stempel. „Sehr gut! Genauso habe ich mir das vorgestellt!“

Mich inspiriert es sehr, Christian bei seiner Arbeit zuzusehen. Könnte es nicht so sein, dass es bei Gott ähnlich ist – dass Gott

genauso kreativ, detailverliebt, voller Leidenschaft alles erschafft (auch heute noch!) – und auch dich und mich so leidenschaftlich kreierte? Ich finde, er hat sehr gründlich gearbeitet. Es reichte ihm nicht, dass wir einen wunderbaren Körper bekommen, der laufen, schlafen, sprechen, essen kann. Nein, er hat uns so viele besondere „Specials“ geschenkt, wie beispielweise unsere Sinnesorgane, mit denen wir die Welt auf so vielfältige Weise wahrnehmen können. Ich meine, nur deshalb feiere ich Nutella so, weil ich diesen süßen Schoko-Geschmack auf meiner Zunge schmecken kann! Nur weil ich Ohren habe, kann ich meine Lieblings-Spotify-Playlist hören. Ist das nicht krass?

Weil Gott dir das Special-Sinnesorgan „Auge“ geschenkt hat, kannst du dich im Spiegel anschauen und die Welt um dich herum sehen. Du kannst riechen und eine Umarmung fühlen – das sind auch Specials deines Körpers: der Geruchs- und der Tastsinn.

Ist es nicht krass, dass du das Leben auf so vielfältige Weise auf- und wahrnehmen kannst? Hätte Gott dir nur einen Special weniger eingebaut, würde doch ganz schön viel fehlen, oder? Also ich könnte mich dann nicht entscheiden, ob ich auf das Schmecken, Riechen oder Sehen verzichten könnte.

Und damit all diese Specials gut funktionieren und dein Körper genug Energie für das Leben hat, isst du im Laufe deines Lebens ca. 30 Tonnen Lebensmittel. Die verlassen dann auch wieder deinen Körper – auch eine sehr wichtige Fähigkeit. 😊 Außerdem trinkst du 71 Tonnen (hoffentlich nicht nur) Cola und Kaffee und so weiter. Das sind um die 300 Badewannen voller Getränke! Und all diese Specials und Fähigkeiten interagieren miteinander.

Aber dein Körper kann noch so viel mehr. Wenn du eine Frau bist, kannst du irgendwann vielleicht ein Kind gebären. Wenn du ein Mann bist, kannst du ein Kind zeugen. Das ist doch auch krass, oder? Du kannst küssen, singen, laufen, lachen, schlafen und kreative Dinge tun, wie Filme schneiden oder fotografieren – und tausend andere Dinge. Dein Körper ist ein Meisterwerk! Klar, nicht immer fühlen wir uns so wundermässig toll. Es gibt auch Dinge, die wir nicht so cool finden. Das kenne ich auch. Jeder findet an sich Dinge, die nicht so nice sind. Das ist voll okay, damit bist und bin ich mit allen anderen Menschen in guter Gesellschaft. Trotzdem bin ich super-glücklich mit mir und meinem Körper, weil ich begreife, wie genial er geschaffen ist, und ich meinen Blick immer wieder auf die Dinge richte, die ich total gelungen finde.

Ich mag die Worte von David aus dem Psalm 139 sehr. Ja, wie unfassbar viele Gedanken hat Gott über mich gedacht, damit ich hier und heute mit den Fingern in meinen Laptop tippen und mit meinen Augen lesen kann, was ich schreibe!

Du und ich – wir sind Meisterwerke Gottes. Mit so vielen „Special Effects“. Mach dir doch mal bewusst, auf wie vielfältige Weise du das Leben wahrnehmen und erleben kannst.

**IN EINER WELT VOLLER KOPIEN
BIST DU EIN ORIGINAL!**

CHALLENGE

Was feierst du an deinem Körper? Schreib doch mal alles auf, was du toll findest: „meine Nase“ oder „mein kleiner Zeh“, wirklich wichtige Dinge deines Körpers! Aber notier auch so Dinge wie: „laufen“, „Lieblingskuchen backen“; „mit meiner Freundin quatschen“ oder „zu Gott sprechen“. All diese Dinge kannst du nur, weil Gott dir die Möglichkeit geschenkt hast, das zu tun. Genial, oder?

*Nelli Bangert, Autorin u. a. für Jugendbücher und Sprecherin auf Events,
www.nelli-bangert.de*



COURAGE

Ausprobieren.
Erleben.
Tiefer graben.



Auch Sammeln will gelernt sein

**Sammelt euch aber Schätze im Himmel, wo
weder Motten noch Rost sie fressen und wo
Diebe nicht einbrechen und stehlen.**

(Matthäus 6,20; LU)

Welche Schätze sammelst du? Vielleicht sagt dir ja der Begriff „Minimalismus“ was. Minimalistisch zu leben bedeutet, dass man nur die „Schätze“, also die nötigen und wichtigen Dinge, behält. Alle anderen Sachen kommen weg.

Welche Schätze hast du, die du eigentlich gar nicht brauchst und nutzt? Sind es Klamotten, Gegenstände oder Technik? Im Durchschnitt sammeln wir 10.000 Dinge an. Ich bezweifle, dass davon alles noch passt oder uns Freude bereitet. Und dass wirklich alles davon echte Schätze sind, die uns etwas bedeuten.

Ja, Schätze sammeln will gelernt sein. Dinge verlieren ihren Wert. Das passiert ganz schnell, die meisten Sachen sind nicht teuer. Weil das so ist, wollen wir schnell immer mehr. Die

Begeisterung fürs Neue ist allerdings schnell wieder vorbei – und wieder was Neues muss her. Viele Dinge bleiben schließlich ungenutzt und verstauben. Die Lösung: Leg dir zwei Schatztruhen an. Die eine ist sichtbar. Die andere unsichtbar.

Die sichtbare Schatztruhe ist dein Zimmer. Dinge, die du magst und viel benutzt, dürfen dableiben. Alles andere kommt weg. Klingt krass? Fang einfach mal mit einer Schublade an, dann nimm dir die Nächste vor, danach kommt der Kleiderschrank dran und so weiter.

Falls dir der Grund für das Ausmisten noch nicht ganz so klar geworden ist, möchte ich dir hier die zweite, die Himmels-schatztruhe, vorstellen. In ihr sammeln wir auf unsichtbare Weise Sachen wie Nachhaltigkeit, Nächstenliebe und Freude.

- ⇒ **Nachhaltigkeit, weil ein bewusster Umgang mit deinem Besitz (längstmöglich benutzen oder weggeben) auch weniger Ressourcen benötigt.**

- ⇒ **Nächstenliebe, weil Gott uns wirklich mit ultravielen Dingen beschenkt. Und sein Herz ist es, dass alle Menschen das bekommen sollen, was sie brauchen. Daran dürfen wir mitwirken.**

- ⇒ **Freude bedeutet, dass Sachen, die für dich nicht mehr wertvoll sind, für andere Personen ein glänzender Schatz sein können.**

Wie es der Bibelvers sagt: Oft merken wir gar nicht, dass wir im Hier und Heute ganz viele Schätze sammeln. Die Freude daran vergeht allerdings schnell. Orientiert sich unser Herz jedoch am Himmelsschatz, dann sehen wir leichter, dass es nicht so wichtig ist, Güter und Anerkennung auf der Erde anzusammeln. Weil vieles davon uns nicht wirklich glücklich machen wird.

Wie kann Schätze-Sammeln und Aussortieren ganz praktisch aussehen? Hier meine Story:

„Kann ich mir schnell was aus deinem Kleiderschrank rausnehmen? Heute Abend wirts frisch!“, sage ich zu Leo.

„Klar, du weißt, dass du dich immer bedienen kannst!“

Ich entscheide mich für eine khakifarbene Bluse. Genau diese Farbe liebe ich. Eine Knopfleiste hat sie und ist sonst ganz schlicht. Passt perfekt zu dem, was ich heute an habe. Angezogen fühlt sie sich richtig gut an. Leo und ich gehen picknicken und kommen am Abend wieder heim. Ich gebe ihr die Bluse nur sehr ungern zurück.

„Nein, behalte sie! Ich hatte eh überlegt, sie wegzutun – und dir steht sie gut!“

Oh wow, damit hab ich gar nicht gerechnet. Diese wunderschöne Bluse ist jetzt meine?!

Mittlerweile habe ich die Bluse schon drei Jahre. Sie ist meine Lieblingsbluse. Wenn ich überfordert mit der Frage bin, was ich anziehen soll, zieh ich genau diese Bluse aus meinem Kleiderschrank und weiß: Ich werde mich darin wohlfühlen. Ich glaube, Leo hat das nicht erwartet. Für sie war das Kleidungsstück nicht mehr viel wert. Sie war sogar froh, etwas mehr Platz im Kleiderschrank zu haben. Ein Kleidungsstück weniger, das verstaubt. In meinen Augen ist die Bluse ein großer Schatz.

Und meine neue Lieblingsbluse war sogar so etwas wie ein „Startschuss“. Irgendwas hat sie in mir angestachelt. Ich habe gemerkt, dass ich echt viel Zeug besitze, das mir gar nichts mehr gibt. Aber wenn ich's anderen gebe, kann es sein, dass es deren Augen zum Funkeln bringt, für sie zu einem Schatz wird. Das ist doch richtig schön! Es wandert zwar was aus meiner Truhe raus, aber meine unsichtbare Schatztruhe freut sich über einen neuen Schatz. Denn abgeben und anderen 'ne Freude machen – das füllt die Himmelstruhe mit ganz vielen Schätzen.

CHALLENGE

Was soll in deiner Schatztruhe bleiben und was kann weg? Geh Schritt für Schritt voran. Überlege dir eine Person oder Organisation, der du einen deiner verstaubten Schätze geben möchtest. Es ist wirklich so: Wenn man die kleinen Schritte zusammenzählt, ergibt das am Ende eine riesige Wegstrecke. Und viele kleine Schätze können schließlich ein riesiges Funkeln auslösen – hier und heute und in der Zukunft.

Cynthia Klug, Ehrenamtliche, CVJM Bayern





CHANGE

Gemeinsam
was
bewegen.



Wie bitte: Essen tauschen?!

Mit meiner ganzen Lebensführung habe ich euch gezeigt, dass wir hart arbeiten müssen, um den Bedürftigen etwas abgeben zu können. Dabei sollen wir immer an die Worte denken, die Jesus gesagt hat: „Auf dem Geben liegt mehr Segen als auf dem Nehmen.“

(Paulus, in Apostelgeschichte 20,35; NeÜ)

Vielleicht kennst du den Spruch: „Geben ist seliger als nehmen“. Vor allem, wenn es um Schokolade, das Aufteilen des Nachtschicks oder anderes geht, das wir nicht gern teilen wollen, wird dieser Spruch gern benutzt, um uns zu überzeugen, zurückzustecken. Dazu ein paar Gedanken:

⇒ **Jesus selbst hat das gar nicht gesagt – zumindest ist der Spruch so nicht von ihm in der Bibel zu lesen.**

- ⇒ **Der Vers drückt etwas Wichtiges aus: um mit anderen zusammenzuleben, muss man auch verzichten und auf den anderen schauen können.**

- ⇒ **Diese Haltung ist wichtig, um Armut nachhaltig in den Blick zu nehmen.**

- ⇒ **In der Bibel ist sehr oft ein Zusammenhang zwischen „geben“ und „nehmen“ zu finden (einfach mal eine Internet-Recherche dazu machen). Sehr oft geht es dabei um gleichberechtigtes Geben und Annehmen.**

Es gibt viele tolle, praktische Beispiele, wie „geben“ und „nehmen“ heute zusammenkommen und ganz nebenbei auch noch nachhaltig sein können. Beispiel: offene Bücherregale, Fairteiler, Kleidertauschbörsen, Tauschring-Initiativen. Die Idee: Jemand gibt etwas, das er zu viel oder übrig hat – und jemand bekommt das, was er braucht, und gibt an gleicher Stelle (oder später oder anderswo) etwas zurück oder weiter.

Dieses Prinzip des „Geben und Nehmens“ haben wir im CVJM Sindelfingen aufgegriffen und einen Lebensmittel(l)punkt aufgebaut – einen Fairteiler in Zusammenarbeit mit der Internetplattform „Foodsharing.“ Gerettete Lebensmittel werden an alle abgegeben, die sie (noch) brauchen können. Dabei wird keine Gegenleistung erwartet. Unser Lebensmittel(l)punkt bietet Raum für den Tauschgedanken: Die einen wollen und müssen Lebensmittel loswerden (weil sie in Urlaub gehen, zu viel gekauft haben etc.) und andere suchen und brauchen etwas.

Dass auch Supermärkte Lebensmittel abgeben, die sie nicht an die Tafeln weitergeben können, weil das Mindesthaltbarkeitsdatum überschritten ist, brachte noch weitere Partner in unseren Fairteiler. Bäckereien oder Hotels, die Essen loswerden wollen, kamen ebenfalls dazu.

Unser Fairteiler findet viel Offenheit – nicht nur im CVJM und der Kirche, sondern auch bei anderen Trägern: Jugendgemeinderat, Stadtverwaltung oder Greenpeace. Wir merken: Wir sind Partner, die dasselbe Ziel haben: Schöpfung bewahren und das Zusammenleben in unserer Stadt gestalten.

Nach drei Jahren können wir nur sagen: Es hat sich gelohnt, all diese Schritte zu gehen und den damit verbundenen Aufwand zu betreiben! In unserer Region hat dieses Beispiel dann viele andere animiert, eine ähnliche Lebensmittel-Verteil-Station aufzumachen.

**JESUS FORDERT HERAUS: NEIN, WENN DU EIN
ESSEN GIBST, DANN LADE ARME, BEHINDERTE,
GELÄHMTE UND BLINDE EIN! DANN WIRST DU DICH
FREUEN KÖNNEN, WEIL SIE NICHTS HABEN,
UM SICH ZU REVANCHIEREN.
GOTT ABER WIRD ES DIR BEI DER AUFERSTEHUNG
DER GERECHTEN VERGELTEN.**

LUKAS 14,13+14
